

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Мыльникова Т.В.)

23.12.2024
Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.12.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за завтрак 1		333.00	7.40	7.89	38.86	244.68
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,29	7,1	8,5	134,89
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	10	0,6	0,1	5,14	23,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		600.00	16.81	18.23	72.25	448.78
Полдник	КЕФИР	169	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА 'ТВОРОЖНАЯ'	50	4,75	3,91	24,33	157,39
Итого за полдник		219.00	10.14	4.09	31.52	213.14
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	41	0,61	2,04	2,75	33,59
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,4	0,2	11,1	49
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		396.00	7.16	8.16	35.04	270.80
Итого за день		1751.00	42.51	38.57	197.47	1263.40

Исполнитель: Медсестра _____ (Ситникова Н.А.)
 Шеф-повар: _____ (0)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Мыльникова Т.В.)

23.12.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.12.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		418.00	9.80	11.02	46.26	310.03
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	12,38	9,46	11,33	179,85
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30,3	1,7	0,24	13,45	59,39
	БАТОН	19,66	1,18	0,2	10,11	46,79
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		769.96	22.75	24.67	101.11	619.48
Полдник	КЕФИР	188	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА 'ТВОРОЖНАЯ'	55,9	5,31	4,37	27,2	175,97
Итого за полдник		243.90	11.30	4.57	35.19	237.91
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	62	0,89	3,09	4,09	49,79
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		502.00	9.44	11.35	43.51	375.05
Итого за день		2138.86	54.29	51.81	245.87	1628.47

Исполнитель: Медсестра  (Ситникова Н.А.)

Шеф-повар: _____ ()